

Den eksisterende litteratur understøtter den påstand, at klinisk effekt kan opnås gennem brugen af musikterapi i forbindelse med veletablerede standard-behandlingsmetoder.

- Jane Edwards -



Lars Ole Bonde

Musikterapeut (MTL, FAMI), ph.d. og ansat som lektor på hhv. Institut for kommunikation, afd. musikterapi, Aalborg Universitet og Musikterapiklinikken, APS. Fra august 2008 professor II ved Center for Musikk og Helse ved Musikkhøgskolen i Oslo. Forsker især i receptiv musikterapi (The Bonny Method of Guided Imagery and Music) og i musikterapi til rehabilitering og i palliativ pleje. Databaser og bibliografier om musikterapilitteratur. Henvendelse: lobo@hum.aau.dk

Musikterapi i psykiatrien

– ny international forskningslitteratur 2005-07

Lars Ole Bonde

Resumé: Dette bidrag til årsskriftet er tænkt som en tilbagevendende service – en mulighed for at musikterapeuter og andre interesserede kan orientere sig kort i udvalgte videnskabelige undersøgelser af især musikterapiens effekt med psykiatriske patienter. Artiklerne er fundet via systematisk søgning i førende databaser. De udvalgte undersøgelser omtales kort i form af redigerede, forkortede og oversatte abstracts fra databaserne eller fra selve artiklerne. Statistiske informationer er reduceret til et minimum, da interesserede let kan få fat i næsten alle originalartiklerne via internettet, evt. med assistance af en bibliotekar.

Voksenpsykiatri

I denne første udgave af oversigten er det naturligt at starte i 2005, hvor Cochrane-biblioteket for første gang offentliggjorde en meta-analyse af musikterapi i psykiatrien.¹

Gold C., Heldal, T.O., Dahle, T. & Wi-gram, T. (2005) Music therapy for schizophrenia or schizophrenia-like illnesses. Cochrane Database Syst Rev. 2005 Apr 18;(2):CD004025.

Et Cochrane-review er baseret på meget strenge kriterier for udvælgelsen af de undersøgelser, der indgår i undersøgelsen.

1 Det skal understreges, at dette valg ikke er et udtryk for en ukritisk accept af Cochrane-organisationens hierarki for forskningsmæssig kvalitet, hvor den randomiserede, kontrollerede undersøgelse (RCT) anses for den bedste forskningstype, mens hverken kvalitative undersøgelser eller undersøgelser med blandede undersøgelsesmetoder anerkendes som evidens. Denne diskussion hører imidlertid ikke hjemme her. – Det er også udtryk for et valg, at kvalitativ forskning kun er medtaget i meget begrænset omfang. Dette vil der blive rådet bod på i et senere årsskrift.

I dette tilfælde blev kun randomiserede kontrollerede undersøgelser (RCT), som sammenlignede musikterapi med standardbehandling eller anden psykosocial behandling af pt. med skizofreni, inddraget. 4 undersøgelser opfyldte kriterierne – undersøgelser, hvor musikterapi blev tilbudt i mellem 1 og 3 måneder (min. 7, max. 78 sessioner). Samlet set viste musikterapi i forbindelse med standardbehandling sig mere effektiv end standardbehandling alene i forhold til alment funktionsniveau (global state), mens enkelte af undersøgelserne desuden dokumenterede positiv effekt ift. almen psykisk tilstand, negative symptomer og socialt funktionsniveau, hvor denne effekt dog afhang af antallet af musikterapi-sessioner. Forfatterne konkluderer, at “musikterapi i forbindelse med standardbehandling hjælper mennesker med skizofreni til at forbedre deres almen funktionsniveau, og musikterapien kan desuden medvirke til at forbedre psykisk og socialt funktionsniveau, hvis der tilbydes et tilstrækkeligt antal sessioner. Ny forskning bør fokusere på forholdet mellem dosis (antal sessioner) og effekt og på musikterapiens mulige langtidseffekt.”

Gold og kolleger fulgte op med en ny undersøgelse, som fokuserede på den mulige

effekt af gruppemusikterapi med indlagte pt. med skizofreni og med akut plejebenhov:

Ulrich, G., T. Houtmans, C. Gold et al. (2007). The additional therapeutic effect of group music therapy for schizophrenic patients: a randomized study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 116(5): 362-370.

37 pt. indgik i undersøgelsen, som var en RCT med én forsøgsgruppe (n=21) og en kontrolgruppe. Begge grupper fik standard medicinsk og anden behandling, og forsøgsgruppen fik derudover i gennemsnit 7,5 gruppemusikterapisessioner. Der blev ikke fundet forskelle i de to gruppers oplevelse af livskvalitet, men musikterapien havde i forsøgsgruppen signifikant effekt på deltagernes selvoplevelse og på negative symptomer. Forf. konkluderer: "Musikterapien reducerer negative symptomer og forbedrer den interpersonlige kontakt. Disse positive effekter kunne forbedre patientens muligheder for at tilpasse sig de sociale omgivelser i lokalsamfundet efter udskrivelsen."

To engelske musikterapeuter (Anna Maratos og Simon Procter) er blandt forfatterne til en artikel, der rapporterer resultaterne af en mellemstor RCT med musikterapi til patienter med skizofreni eller skizofrenilignende psykoser:

Talwar, N., Crawford, M.J., Maratos, A., Nur, U., McDermott, O. & Procter, S. (2006) Music therapy for in-patients with schizophrenia. *British Journal of Psychiatry*, 189: 405-409.

81 indlagte patienter på fire London-hospitaler blev randomiseret til enten individuel, aktiv, improvisationsbaseret musikterapi + standardbehandling (to tredjedele) eller standardbehandling alene (en tredjedel) i op til 12 uger. Afhængige variable var positive og negative symptomer (målt med Positive and Negative Syndromes

Scale, PANSS), patienttilfredshed (målt med Client Satisfaction Questionnaire, CQS), og alment funktionsniveau (målt med DSM IVs Global Assessment Function, GAF). Blandt resultaterne var en statistisk signifikant forbedring af symptom-scoren (PANSS total), især generelle skizofreni-symptomer i forsøgsgruppen. Forf. konkluderer, at det er muligt at gennemføre en RCT, og at en større RCT bør tilrettelægges - med fokus på cost-effektaspektet af musikterapeutisk behandling af akutte psykoser.

Gold har kommenteret denne artikel og relateret den til de ovenfor nævnte forskningsresultater i:

Gold, C. (2007). "Music therapy improves symptoms in adults hospitalised with schizophrenia." *British Medical Journal*, 10(3): 77.

Gold formulerer her det synspunkt, at mange patienter har brug for mere end 12 sessioner for at opnå meningsfulde effekter af musikterapien, og at undersøgelsesdesignet bør tage højde for dette.

Körlin, D. (2006). Creative arts Therapies in Psychiatric Treatment. A Clinical Application of the Bonny Method og Guided Imagery and Music (BMGIM) and Creative Arts Groups. *Department of Clinical Neuroscience, Psychiatry Section*. Stockholm, Karolinska Institutet: 73 pages + 4 articles.

Den svenske psykiater, GIM-terapeut og -træner Dag Körlins Ph.d.afhandling består af fire artikler og en forbindende tekst. Körlin er en af de få, som har gennemført effektundersøgelser af den receptive metode BMGIM med bl.a. psykiatriske patienter. Han har også været foregangsmand i arbejdet med at udvikle kreative terapiformer til traumatiserede patienter – bl.a. det vellykkede SPEKTRUM-program, som desværre blev lukket for nogle

år siden. Artiklerne, som indgår i afhandlingen, er:

- Körlin, D., Nybäck, H. & Goldberg, F. (2000). Creative Arts Groups in Psychiatric Care: Development and Evaluation of a Therapeutic Alternative. *Nordic Journal of Psychiatry*, 54: 333-340
- Körlin, D. & Wrangsjö, B. (2002) Treatment effects of GIM Therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 11(1):3-15
- Körlin, D. & Wrangsjö, B. (2001) Gender Differences in Outcome of GIM Therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 10(2):133-143
- Körlin, D., Edman, G. & Nybäck, H (2007). Screening for Trauma - Reliability and validity of a Swedish revision of the Dissociative Experiences Scale-II (DES-II). *Nordic Journal of Psychiatry*, 61(2): 126-42.

Crawford, M. J. & Patterson, J. (2007). Arts therapies for people with schizophrenia: an emerging evidence base. *British Medical Journal*, 10(3): 69-70.

Kreative terapiformers anvendelsesmuligheder i forhold til specifikt mennesker der lider af skizofreni er emnet for denne korte oversigtsartikel, der omtaler effektundersøgelser af forskellige kombinationer af psykoterapeutiske teknikker med kunstneriske medier – nemlig i kunstterapi, danseterapi, dramaterapi og musikterapi. Der omtales i alt 20 randomiserede undersøgelser, hvoraf de 10 er inden for musikterapi. De foreløbigt indhøstede erfaringer viser, at patienterne er glade for disse terapiformer, hvis mål bl.a. er at give dem mulighed for at opnå større selvindsigt gennem kreative udtryksformer. Musikterapiforskningen peger bl.a. på, at der kan opnås reduktion i de negative og generelle symptomer ved skizofreni, som medicinsk behandling kun har begrænset indflydelse på, og at det generelle funktionsniveau kan forbedres.

Smeijsters, H. & Cleven, G. (2006) The treatment of aggression using arts therapies in forensic psychiatry: Results of a qualitative inquiry. *Arts in Psychotherapy*, 33(1): 37-58.

De kreative terapiers muligheder i en retspsykiatrisk kontekst (inden for en Holandsk tradition)² er emnet for Smeijsters' og Clevens' artikel, som dækker såvel klinisk praksis som teori og forskning.

Musikterapi omtales i artiklens 1. del på linie med dramaterapi, kunstterapi og danseterapi, og det dokumenteres bl.a., at kreativ terapi kan mindske risikoen for tilbagefald. Musikterapiens mål og midler omtales kort og præcist ud fra den eksisterende faglitteratur. I 2. del præsenteres resultaterne af en kvalitativ interviewundersøgelse med 31 erfarne (kreative) terapeuter fra 12 institutioner i 2 lande. Indikationer, behandlingsmål, behandlingseffekt og terapiformernes rationale kortlægges, og undersøgelsen viser i hvor høj grad der arbejdes ud fra en konsensus-baseret forståelse af metodespørgsmål. Endelig rummer artiklen en sammenligning af de forskellige terapiformers anvendelse i forhold til destruktiv aggression. For musikterapiens vedkommende konkluderes det, at musikkens elementer og instrumenter giver mulighed for at udtrykke aggression på en konstruktiv måde, hvor den aggressive energi kan inddrages i den musikalske proces.

I Gold og kollegers forskning blev det understreget, at der ofte er behov for mange sessioner og lange forløb, før musikterapi-

2 En erfaren østrigsk klinikers udførlige beskrivelse af musikterapi i retspsykiatrien kan læses i:

Romanowski, B. (2007) Benefits and limitations of music therapy with psychiatric patients in the penitentiary system. *Music Therapy Today* Vol.VIII (3) December. available at <http://musictherapy-world.net>

en har en mærkbar og meningsfuld effekt i behandlingen af mennesker med skizofreni. I forhold til andre psykiske lidelser kan korttidsterapi imidlertid godt være meningsfuld og effektiv. Dette er emnet for en amerikansk ph.d.afhandling:

Silverman, M. J. (2007). The effect of single-session psychoeducational music therapy on response frequency and type, satisfaction with life, knowledge of illness, and treatment perceptions in psychiatric patients. Unpublished PhD dissertation. Florida State University.

Ifølge forfatteren er dette den første RCT inden for musikterapi i psykiatrien, som har anvendt behandlingsmanualer til at kontrollere de uafhængige variable (her: musikterapisessionens forløb). Formålet var at sammenligne to former for psyko-udikation, nemlig en gruppebaseret musikterapisession og en traditionel verbal session. 105 indlagte psykiatriske patienter deltog i forsøget, og de blev randomiseret til at deltage i én session af enten den ene eller den anden type. De afhængige variable var verbal respons (omfang og type), tilfredshed (med livet og med behandlingen), sygdomsindsigt mm. Selv om der ikke kunne påvises statistisk signifikante forskelle mellem de to grupper, var der alligevel en række interessante tendenser i materialet, bl.a. at deltagerne i musikterapi/forsøgsgruppen var mere tilfredse med behandlingen, og at de verbaliserede mere (talte mere om deres liv og problemer), ligesom de scorede højere på social funktion. Hovedpunkterne i Silvermans afhandling er opsummeret i følgende artikel:

Silverman, M.J. (2007) Psychiatric patients' perception of music therapy and other psychoeducational programming. *Journal of Music Therapy*, 43(2): 111-122.

Spørgsmålet om musikterapiens mulige effekt i behandlingen af patienter med

akut psykose er stort set uudforsket. Det er imidlertid emnet for en spændende australsk ph.d.afhandling – fra et miljø, vi ikke har direkte kontakt med i Danmark.

Morgan, K. A. (2007). Music therapy in the management of acute psychosis. Unpublished PhD Dissertation. The University of Western Sydney.

I 2002 gennemførte Morgan et pilotprojekt med 13 patienter diagnosticeret med skizofreni, skizoaffektiv lidelse eller bipolar lidelse. Det var en lille RCT, hvor deltagerne blev randomiseret til en a) musikterapi (improvisation og sangskrivning), b) placebo: lytning til afspændingsmusik på cd, c) afdelingens standardbehandling. Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS) blev anvendt til at måle effekten ift variable som vrede, angst, depression, agiteret og anden adfærd.

Resultaterne var så lovende, at der blev gennemført en større undersøgelse med 60 deltagere fra 2003-06. Denne RCT bestod kun af en forsøgsgruppe og en kontrolgruppe. Deltagerne i forsøgsgruppen fik fire individuelle musikterapisessioner over to uger, mens deltagerne i kontrolgruppen i et tilsvarende tidsrum lyttede til afslappende naturlyde fra cd med en tilstedeværende terapeut. BPRS og andre standardiserede assessmentredskaber blev brugt til at måle forekomsten af psykiatriske symptomer, som blev reduceret signifikant, samt kommunikation og social interaktion, som blev tilsvarende forbedret. Endelig bidrog en interviewundersøgelse med ergo- og musikterapeuten til yderligere forståelse af effekten, bl.a. relationens betydning.

Forf. konkluderer: "Undersøgelsen har vist, at musikterapi kan være et værdifuldt terapeutisk supplement til standardprogrammer for behandling af akutte psykiske episoder, og at musikterapi kan medvirke til afkortelse af hospitalsopholdet, reduktion af udgifterne til samme og sig-

nifikant forbedring af symptomatologien som målt med standardiserede redskaber.” Undersøgelsen har yderligere et interessant element, nemlig måling af effekten af lytning til selvvalgt musik på hjernebølger under EEG. Her dokumenteres det, at musiklytning kan reducere forekomsten af dysfunktionel hjernebølgeaktivitet.

Et interessant spørgsmål er, hvad indlagte patienter på psykiatriske afdelinger egentlig foretager sig i løbet af dagen. To engelske forskere har gennemført en omfattende observationsundersøgelse af dette på 16 afdelinger på 6 London-hospitaler:

Radcliffe, J. & Smith, R. (2007). “Acute in-patient psychiatry: how patients spend their time on acute psychiatric wards.” *Psychiatric Bulletin*, 31(5): 167.

På tværs af afdelingerne var 84% af pt. socialt inaktive, enten alene på deres stue (46%), ud at gå eller sidde i opholdsarealerne, fortrinsvis passive (34%), eller beskæftiget med at vaske tøj, lave te eller lign. (4%). De øvrige 16% var optaget af informelt samvær med andre eller deltog i en organiseret aktivitet. Undersøgelsen gør detaljeret rede for patienternes observerbare dagligdag på hverdage (i almindelig arbejdstid), og det er bemærkelsesværdigt, hvor lidt tid pt. tilbringer sammen med andre mennesker. Musikterapi var én af de observerede aktiviteter (dog kun på nogle afdelinger), men undersøgelsen siger ikke noget om pt.s personlige brug af musik i øvrigt. Det kan man imidlertid få noget at vide om i en eksplorativ undersøgelse fra Tyskland:

Gebhardt, S. & Georgi, R. (2007) Music, mental disorder and emotional reception behavior. *Music Therapy Today*. Vol. VIII(3)
Online: www.musictherapyworld.net

Forskerne tager udgangspunkt i den efterhånden veldokumenterede neurobiologiske sammenhæng mellem musik(lytning)

og regulering af arousal og anden neural aktivitet. Denne sammenhæng må antages at gælde for såvel raske mennesker som mennesker med psykiske lidelser. Ved hjælp af spørgeskemaet ‘Inventory for the assessment of Activation- and Arousalmodulation through Music’ (IAAM) blev det undersøgt, om der var forskel på musikbru- gen hos en forsøgsgruppe på 55 patienter fra den psykiatriske universitetsklinik i Magdeburg og en kontrolgruppe med 187 studerende fra samme universitet. IAAM undersøger musikbru- gen ift fem dimensioner: Afspænding, Kognitiv problemløsning, Reduktion af negativ aktivitet, Stimulering af velvære og Regulering af arousal. – Undersøgelsen viste, at der var signifikante forskelle mellem de to grupper i forhold til alle parametre undtagen den sidstnævnte: de psykiatriske patienter bruger i højere grad musikken til reduktion af negativ aktivitet, til afspænding og til kognitiv problemløsning, mens de unge studerende primært bruger musikken til positiv stimulering. I patientgruppen er det især pt. med misbrugsproblemer og skizofreni, der scorer højt i alle dimensioner. Modsætningsvis viser pt. med affektive lidelser lav score ift at bruge musik som middel til reduktion af negativ aktivitet.

Børne- og ungdomspsykiatri

I forlængelse af sin ph.d.afhandling fra AAU har Christian Gold foretaget nye undersøgelser og publiceret flere artikler inden for området ‘musikterapi med børn og unge med psykopatologiske lidelser’. Et overblik gives i meta-analysen fra 2004:

Gold, C., Wigram, T. & Voracek, M. (2004) Effect of music therapy for children and adolescents with psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(6): 1054-1063.

Denne metaanalyse af 11 kontrollerede undersøgelser ($n=188$) viste, at musikterapi har middel til stor positiv effekt ('effect size' målt med Cohen's d) på klinisk relevante variable med børn og unge med psykopatologiske problemer. Forf. konkluderer, at "klienter med adfærds- eller udviklingsforstyrrelser, eller med flere psykopatologier kan have gavn af musikterapi. Musikterapi til børn og unge med psykopatologiske problemer ser ud til at være særligt effektiv, når teknikker fra forskellige musikterapeutiske retninger kombineres."

Gold, C., Wigram, T. & Voracek, M. (2006) Effectiveness of music therapy for children and adolescents with psychopathology: A quasi-experimental study. *Psychotherapy Research*, 17(3): 289-296.

Denne undersøgelse fokuserer på spørgsmålet, om individuel musikterapi udbudt ambulant er en effektiv behandlingsform for målgruppen, og om bestemte effektmål kan forudsiges, specielt vedr. livskvalitet, symptomer og kompetencer. 136 børn og unge indgik i undersøgelsen, nogle af disse fik musikterapi, andre ikke. Der kunne ikke dokumenteres signifikante forskelle mellem grupperne, om end livskvaliteten var højere i musikterapigruppen. Det viste sig, at effekten i høj grad afhang af, om pt. havde flere diagnoser og af disses sværhedsgrad. Undersøgelsen peger mao. på, at musikterapi kan være effektiv for nogle, men ikke alle klientgrupper inden for dette spektrum.

De terapeutiske teknikkers funktion og betydning for positiv forandring er emnet for en selvstændig artikel:

Gold, C., Wigram, T. et al. (2007). Predictors of change in music therapy with children and adolescents: The role of therapeutic techniques. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80(4): 577-589.

Et vigtigt forskningsemne er 'Predictors of change': Hvad kan vi sige om hvilke terapeutiske behandlingsfaktorer, der medvirker til forandring? I denne undersøgelse blev 75 børn og unge med psykopatologiske lidelser vurderet før og efter deltagelse i individuel musikterapi med en ud af 15 musikterapeuter i Wien og omegn. Forholdet mellem effekt (vurderet af forældrene) og terapeuts indhold (beskrevet af terapeuterne) blev undersøgt vha den statistiske metode 'general linear modeling'.

Resultaterne peger på, at musikterapien har en bedre effekt på symptomer og belastningsgrad, når den begrænser sig til 'rene' musikterapiteknikker og ikke blander andre medier eller teknikker ind i forløbet, f.eks. legeterapi. Der kræves dog yderligere forskning for at afklare specifikke teknikkers værdi som 'prædiktorer'.

Choi, A.-N., Lee, M. S. & Lee, J.S. (2007) Group Music Intervention Reduces Aggression and Improves Self-esteem in Children with Highly Aggressive Behavior: A Pilot Controlled Trial. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*, Online: published January 2008

Denne kontrollerede undersøgelse fokuserer på gruppemusikterapis mulige effekt på aggression og selvværd hos børn med meget aggressiv adfærd. 48 børn blev fordelt på en forsøgsgruppe, der modtog gruppemusikterapi 50 minutter om ugen i 15 uger, og en kontrolgruppe, som ikke fik nogen behandling. Følgende måleredskaber blev anvendt: Child Behavior Checklist Aggression Problems Scale (udfyldt af forældrene), Child Aggression Assessment Inventory (udfyldt af lærere) og den meget anvendte Rosenberg Self-esteem Scale.

Efter afsluttet behandling havde deltagerne i forsøgsgruppen en signifikant reduktion i aggression ift kontrolgruppen, og alle effektmål var signifikant lavere ift præ-

testen, mens kontrolgruppen var uændret. Forfatterne konkluderer, at musikterapi “kan reducere aggressiv adfærd og forbedre selvværd hos børn med stærkt aggressiv adfærd” og anbefaler en RCT med en større sample.

Afrunding

Jeg begyndte denne oversigtsartikel med det skelsættende Cochrane-review fra 2005. Jeg vil slutte af med at omtale en oversigtsartikel fra 2006, som er lagt bredere an og mindre strikt i sin metode, og måske derfor lettere at læse. Det drejer sig om den irske musikterapeut og forsker Jane Edwards’ korte gennemgang af 17 kontrollerede undersøgelser og meta-analyser af musikterapi i psykiatrien, publiceret mellem 1988 og 2005.

Edwards, J. (2006) Music therapy in the treatment and management of mental disorders. *The Irish Journal of Psychological Medicine*, 23(1): 33-35.

I Irland er musikterapi endnu ikke etableret som en anerkendt behandlingsform i psykiatrien, og det har derfor været Edwards magtpåliggende at dokumentere, hvor effektiv musikterapi kan være som kompletterende behandlingsform – med særligt henblik på at imødekomme patienternes psykosociale behov og at udvikle deres individuelle sociale og kommunikative kompetencer. Edwards konkluderer:

“Det demonstreres, at musikterapi kan være en gavnlig intervention for mennesker med psykiske lidelser. Musikterapi inviterer til og opmuntrer til deltagelse, også i forhold til mennesker på lavere funktionsniveauer, og der anvendes et nonverbalt medie, som er forbundet med positive associationer og som i de fleste tilfælde knytter an til livslange erfaringer med at bruge musik som selvudtryk og som kilde til velvære. Den eksisterende litteratur understøtter den påstand, at klinisk effekt kan opnås gennem brugen af musikterapi i forbindelse med vel-etablerede standard-behandlingsmetoder” (Edwards 2006).